

Kalmus Acorus Calamus Calami rhizoma



wildkraeuterwerkstatt.de/kalmus-acorus-calamus-calami-rhizoma/

Inhaltsstoffe: Ätherische Öle, aromatische Bitterstoffe, Schleim- und Gerbstoffe.

Wirkungen: Kräftig tonisierend, appetitanregend, sekretionsfördernd, reizlindernd, nervenstärkend, blähungswidrig, krampflösend.

Indikationen: Appetitlosigkeit, Magenschleimhautentzündung, Magen-Darmkrämpfe, Verdauungsstörungen, unterstützend bei Anorexia nervosa. Gilt in der Naturheilkunde als „die Magenwurz“ und wird bei Verdauungsschwäche und Blähungen im Alter oder infolge Karzinomerkrankungen, bei magenbedingten Kopfschmerzen, aber auch bei Hypotonie, zur Raucherentwöhnung und als Aphrodisiakum (Signatur) eingesetzt.

Darreichungsformen: Tee, Tinktur, Öl, Wurzel (zum Kauen).

Tagesdosis: 3-4 g Droge.

Nebenwirkungen/Gegenanzeigen: Keine bekannt.

Hinweis: Kalmus aus indisch-chinesischer (var. Angustatus) und europäischer (var. Vulgaris) Herkunft, die sog. „Jammu-Qualität“ der tetraploiden Acorus calamus-Art, darf wegen vermuteter kanzerogener Eigenschaften des Beta-Asaron-Gehalts in der Pflanze nicht verwendet werden. Doch der bei uns kultivierte diploide Kalmus aus Nordamerika (var. Americanus) liefert beta-asaronfreie Öle und darf ohne Bedenken als Amarum weiter verwendet werden.

Präparate: Sedovent Tr. (mit Chinarinde, Enzian, Pomeranze, Schafgarbe, Zimt).

Teezubereitung: Knapp 1/2 TL Droge (1-1,5 g) mit 1 Tasse heißem Wasser überbrühen, 5 Min. bedeckt ziehen lassen und abgießen.

Kommission E: *Aus unerfindlichen Gründen leider keine.*

Wildkräuterwerkstatt © 2021 Wildkräuterwerkstatt